

Администрация муниципального образования городского округа «Воркута»  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №42 «Аленка» г. Воркуты  
«Челядьос 42.№-а видзанін «Аленка»  
школаодз велодан муниципальной сьомкуд учреждение Воркута к.

ПРИНЯТА

Общим собранием работников МБДОУ  
«Детский сад № 42» г. Воркуты  
Протокол №4 от «24» декабря 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующего  
МБДОУ «Детский сад № 42» г. Воркуты  
№ 272/01 - 15 от «24» декабря 2021 г.

**Корпоративная программа по укреплению здоровья  
сотрудников на рабочем месте**

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<b>НАИМЕНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	<b>Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников на рабочем месте</b>
<b>НАИМЕНОВАНИЕ УЧРЕЖДЕНИЯ</b>	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 42 «Алёнка» г. Воркуты (Далее – МБДОУ «Детский сад №42» г. Воркуты)
<b>ОБОСНОВАНИЕ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ</b>	<p>Корпоративная программа по укреплению здоровья сотрудников МБДОУ «Детский сад № 42» г. Воркуты разработана для формирования системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек (Укрепление общественного здоровья).</p> <p>По определению Всемирной организации здравоохранения здоровьем считается - состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.</p> <p>Так же по данным Всемирной организации здравоохранения, ведение корпоративных программ, стимулирующих здоровый образ жизни, позволяет компании на 30% минимизировать потери от болезней сотрудников. При этом число пропусков работы по болезни сокращается на 20%, а эффективность работы сотрудника вырастает почти на 10%.</p> <p>Человеческий капитал является одним из ведущих факторов социально-экономического развития, и сохранение здоровья сотрудника является актуальным приоритетом для государства и отдельного работодателя.</p>
<b>ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ</b>	Сохранение и укрепление здоровья сотрудников путем формирования в коллективе установки на здоровый образ жизни, посредством создания условий для укрепления и сохранения здоровья в процессе работы, формирования культуры здоровья на основе осознания здоровья как ценности, обучения сотрудников знаниям, умениям и навыкам здорового образа жизни.

<b>ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создать условия для физического, психологического и социального благополучия сотрудников;</li> <li>2. Формировать ответственное отношение к своему здоровью;</li> <li>3. Проведение информационной кампании по формированию представления здорового образа жизни в компании</li> <li>4. Воспитать потребность в здоровом образе жизни, принимать активное участие в мероприятиях и акциях, направленных на здоровый образ жизни</li> </ol>
<b>ЧИСЛЕННОСТЬ</b>	- сотрудники учреждения (63 чел.)
<b>ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	<p><b><i>Организационно - методическая работа</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация работы с целью создания необходимых условий для сотрудников с заболеваниями.</li> <li>2. Утверждение программы по оздоровлению сотрудников.</li> <li>3. Проведение мониторинга отношения сотрудников к здоровому образу жизни.</li> <li>4. Проведение дней здоровья в учреждении.</li> <li>5. Тренинги по навыкам ЗОЖ.</li> </ol> <p><b><i>Информационно-просветительская работа</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация выставок по ЗОЖ.</li> <li>2. Организация цикла бесед о профилактике различных заболеваний.</li> <li>3. Организация работы по профилактики вредных привычек социально опасных заболеваний.</li> </ol> <p><b><i>Обеспечение безопасных для здоровья условий</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создание условий работы, отвечающих требованиям безопасности для здоровья и жизни</li> <li>2. Создание условий, отвечающих санитарно-гигиеническим нормам, для полноценного отдыха и работы.</li> <li>3. В рамках борьбы с туберкулезом ежегодное флюорографическое обследование сотрудников.</li> </ol> <p><b><i>Массовая работа по оздоровлению сотрудников</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Диспансеризация сотрудников.</li> <li>2. Проведение цикла лекций, круглых столов, семинаров,</li> </ol>

	<p>направленных на приобретение сотрудниками знаний по сохранению и укреплению здоровья.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Проведение комплекса культурно-массовых, спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий.</li> <li>4. Санаторно-курортное лечение сотрудников с хроническими заболеваниями.</li> </ol> <p><b><i>Индивидуальная работа</i></b></p> <p>Ежегодный медицинский осмотр и проведение инструктажа по охране труда и технике безопасности для вновь принятых сотрудников</p> <p><b><i>Охрана труда и создание безопасных условий труда</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проведение мероприятий по улучшению условий труда сотрудников.</li> <li>2. Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда, технике безопасности и пожарной безопасности.</li> <li>3. Осуществление периодического медицинского осмотра работников.</li> <li>4. Проведение специальной оценки условий труда.</li> </ol> <p><b><i>Спортивно-массовая работа</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организация работы по различным направлениям (фитнес, аэробика, командные спортивные игры).</li> <li>2. Организация досуга сотрудников.</li> <li>3. Участие в массовых спортивных городских мероприятиях.</li> </ol>
<p><b>СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b></p>	<p>Без ограничений</p>
<p><b>ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ</b></p>	<p><u>Количественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Значительное увеличение доли лиц с физической активностью;</li> <li>2. Увеличение доли сотрудников, ведущих здоровый образ жизни;</li> <li>3. Увеличение индекса здоровья сотрудников.</li> </ol> <p><u>Качественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уменьшение употребления табака;</li> <li>2. Укрепление социального и психического здоровья сотрудников;</li> <li>3. Увеличение работоспособности сотрудников.</li> </ol>

## **1. Актуальность**

Здоровье работающего населения определяется производственными, социальными и индивидуальными рисками, доступом к медико-санитарным услугам. Ценность физического, психического и социального здоровья каждого сотрудника, члена МБДОУ многократно возрастает. Рабочее место - оптимальная организационная форма охраны и поддержания здоровья, профилактики заболеваний (определение ВОЗ).

Одной из задач национального проекта «Демография», а также входящих в него федерального и региональных проектов «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» является разработка, утверждение в установленном порядке и реализация корпоративных программ по общественному здоровью, содержащих наилучшие практики по укреплению здоровья работников.

Программа укрепления здоровья работников на рабочем месте включает создание условий, снижающих не только риск профессионально обусловленных заболеваний, но и риск развития социально значимых хронических заболеваний. Он повышается при нерациональном питании, недостаточной физической активности, стрессах на рабочем месте, наличии вредных привычек (курение, злоупотребление алкоголем).

Формирование навыков ведения здорового образа жизни начинается с воспитания мотивации к здоровому образу жизни и осуществляется через целенаправленную деятельность учреждения в рамках здоровьесформирующей программы, посредством создания здоровьесберегающей среды или территорий здорового образа жизни.

## **2. Цели программы**

1. Сохранение и укрепление здоровья работников путем поощрения здорового образа жизни, расширения мер профилактики заболеваний, формирование здорового климата в коллективе, повышение эффективности деятельности всех работников.

2. Позитивное изменение отношения работников к собственному здоровью, преобразование гигиенических знаний в конкретные действия и убеждения.

3. Профилактика заболеваний, факторами риска которых являются низкая физическая активность, избыточный вес, курение, неправильное питание, повышенное артериальное давление.

4. Снижение потерь, связанных с временной нетрудоспособностью работников.

5. Улучшение психологического климата в коллективах.

## **3. Задачи программы**

1. Увеличение продолжительности жизни работников;

2. Увеличение трудового долголетия работников;

3. Укрепление здоровья работников;

4. Обеспечение безопасных и комфортных условий труда;

5. Предупреждение травматизма и профессиональных заболеваний;

6. Снижение уровня заболеваемости, восстановление трудового потенциала работников;

7. Организация отдыха работников;

8. Формирование приверженности работников здоровому образу жизни;

9. Повышение мотивации к формированию потребности в здоровом образе жизни, физической активности и правильном питании;
10. Создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе;
11. Обеспечение психологической и физической устойчивости работников, профилактика эмоционального выгорания;
12. Повышение производительности труда и конкурентоспособности предприятия;
13. Совершенствование работы спортивно - оздоровительных мероприятий.

**Сетевой график реализации корпоративной программы по укреплению  
здоровья сотрудников МБДОУ «Детский сад № 42» г. Воркуты**

<b>№</b>	<b>Направление мероприятий</b>	<b>Цель мероприятия</b>	<b>Форма мероприятия</b>	<b>Сроки реализации мероприятия</b>
1.	<i>Организация контроля над проведением периодического медицинского осмотра, диспансеризации и иммунизации сотрудников</i>	Цель: раннее выявление болезней и их профилактика	Сбор данных, анализ проведенных предварительных и периодических медицинских осмотров, диспансеризации, иммунизации сотрудников	1 раз в год Постоянно
2.	<i>Профилактика потребления табака</i>	Цель: снижение курящих сотрудников количества	Информирование работников о запрете курения на территории ДОУ и в здании (приказ учреждения). Здание оснащено детекторами дыма, что позволяет контролировать запрет на курение.	Постоянно
3.	<i>Снижение потребления алкоголя с вредными последствиями</i>	Цель: снижение доли сотрудников с риском пагубного употребления алкоголя.	Консультирование сотрудников на снижение пагубного употребления алкоголя медицинской сестрой, педагогом-психологом.	Постоянно
4.	Культурный досуг сотрудников	Цель: налаживания между сотрудниками отношений	Организация и проведение мероприятий для сотрудников (Новый год, День дошкольного работника, Международный женский день 8 Марта, День защитника Отечества и другие)	Согласно праздника датам

5.	Проведение акции и конкурсов среди сотрудников	Цель: активная пропаганда здорового образа жизни среди сотрудников ДОУ	Организация и проведение различных акции повышающее эмоциональное состояние сотрудников	Постоянно
6.	Информационно - мотивационное просвещение	Цель: формирование убеждений и привычек здорового образа жизни	Подготовка и разработка различных информационных листовок по темам здорового образа жизни.	1 раз в квартал
7.	Участие в различных спортивных мероприятиях	Цель: пропаганда здорового образа жизни, популяризация физической культуры и спорта среди сотрудников ДОУ	Участие сотрудников спортивных мероприятиях	По мере поступления информации
8.	Организация производственной гимнастики	Цель: повышения работоспособности, укрепления здоровья и предупреждения утомления сотрудников.	Организация перерывов в рабочее время с использованием различных методик на рабочих местах	Ежедневно
9.	Инструктаж персонала	Цель: предупреждение случаев производственного травматизма	Проведение инструктажа сотрудниками	Постоянно



#### **4. Ожидаемые результаты от реализации мероприятий Программы**

- 4.1. Увеличение производительности труда, работоспособности и эффективности деятельности работников;
- 4.2. Повышение мотивации работников к занятиям физической культурой;
- 4.3. Увеличение доли лиц с умеренной физической активностью среди работников;
- 4.4. Формирование культуры безопасности труда, ЗОЖ среди работников;
- 4.5. Увеличение охвата работников профилактическими мероприятиями, направленными на здоровый образ жизни;
- 4.6. Укрепление здоровья и улучшение самочувствия работников;
- 4.7. Снижение стоимости затрат на медицинское обслуживание;
- 4.8. Снижение риска заболеваемости работников, уменьшение среднего срока временной нетрудоспособности работников;
- 4.9. Повышение выявляемости хронических неинфекционных заболеваний работников;
- 4.10. Снижение количества стрессовых и конфликтных ситуаций, повышение стрессоустойчивости работников;
- 4.11. Профилактика вредных привычек;
- 4.12. Улучшение имиджа организации по мнению работников и повышение их мотивации;
- 4.13. Снижение текучести кадров и расходов на адаптацию работников, повышение вероятности привлечения более квалифицированного персонала;
- 4.14. Увеличение прибыли организации при снижении расходов и росте доходов.

#### **5. Мониторинг реализации программы**

В ходе реализации программы необходимо проводить мониторинг с целью своевременной коррекции в случае неудовлетворенности работников программой, а также низким охватом работников мероприятиями программы.

#### **6. Оценка эффективности реализации программы**

Для оценки эффективности реализации программы могут быть использованы следующие критерии:

- отзывы работников (удовлетворенность/неудовлетворенность программой);
- охват работников программой;
- оценка результатов программы по созданию условий для ведения здорового образа жизни;
- оценка достижения результатов программы.